



幼稚園児の偏食と家庭・幼稚園における食育に関する研究

著者	木田 春代
発行年	2015
学位授与大学	筑波大学 (University of Tsukuba)
学位授与年度	2014
報告番号	12102甲第7483号
URL	http://hdl.handle.net/2241/00125903

氏名（本籍）	木田 春代
学位の種類	博士（ 学術 ）
学位記番号	博甲第 7483 号
学位授与年月	平成 27 年 3 月 25 日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当
審査研究科	人間総合科学研究科
学位論文題目	幼稚園児の偏食と家庭・幼稚園における食育に関する研究

主査	筑波大学教授	保健学博士	武田 文
副査	筑波大学教授	博士（心理学）	庄司一子
副査	筑波大学准教授	博士（学術）	水野智美
副査	筑波大学准教授	博士（学術）	麻見直美

論文の内容の要旨

（目的）

現在、我が国では死因の半数以上を生活習慣病が占めており、その予防や重症化防止のための対策が急務となっている。そこで、内閣府は食育基本法を制定し、「健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育」を提唱し、さらに「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」では、幼児期の目標を「好きな物、食べたい物をふやすこと」として、家庭・幼稚園等における取り組みを進めている。しかし、幼児の偏食に悩む保護者は近年増加しており、幼児の偏食に悩む保護者は5割にのぼるなど、望ましい状況にはない。

幼児の偏食に関わる家庭における食育として、これまで、嫌いな食べ物への配慮、栄養バランスや食生活リズムへの配慮、食を介したふれあいなど、様々な内容が指摘されてきた。しかし、家庭におけるこれらの食育の実施状況についての報告は見られない。さらに、幼児の偏食と食育との関連について、幼児の年齢や性別、母親の就業状況といった交絡要因を調整したうえで検討した研究は少ない。

また、幼稚園等では、野菜栽培による食育が広く実施されているが、その実態は明らかにされていない。さらに、野菜栽培が偏食の改善に有効である可能性が示唆されているが、先行研究の研究デザインは質的研究や対照群を設定していないものが主である。

ところで、幼児の偏食と食育に関する様々な先行研究があるが、偏食のとらえ方は一貫していない。また、「嫌いな食品を食べること」が「食物嗜好」を好転させる可能性が実験研究により示唆されて

いるが、通常の生活を送る幼児において、「嫌いな食品の摂取行動」と「嫌いな食品の多寡」との関係については、実証されていない。

以上を踏まえ、本研究では、以下の3点を研究目的とした。すなわち、1)幼稚園児における「嫌いな食品の摂取行動」と「嫌いな食品の多寡」との関連性を明らかにする(研究1)、2)家庭における母親の幼稚園児に対する食育の実態、および幼稚園児の偏食との関連を明らかにする(研究2)、3)幼稚園における野菜栽培の状況、および幼稚園児の偏食にもたらす影響を明らかにする(研究3)である。

(対象と方法)

研究1および2では、茨城県某市内公立幼稚園15園に通う園児の母親1145人を対象に、無記名自記質問紙による横断調査を行った。研究3では北海道某市内幼稚園全146園の幼稚園教諭を対象に郵送による質問紙調査および、北海道某市内幼稚園5園に通う年少児とその母親379人を対象に、幼稚園におけるトマト栽培を実施している3園(241人)を実施群、実施していない2園(138人)を非実施群として、栽培前、収穫後、フォローアップの3時点における10か月間の縦断調査を行った。

(結果)

研究1において、幼稚園児を持つ母親を対象に、幼稚園児の嫌いな食品の摂取行動と嫌いな食品の多寡との関連についてFisherの直接法により検討した結果、嫌いな食品が少ない幼稚園児ほど、嫌いな食品を食べる傾向がみられた。

研究2-1では、家庭において母親が幼稚園児に対して行っている食育のうち、実施率が最も高かった項目は「子どもと一緒に食事している」であり、98.5%の母親が実施していた。一方、実施率が低かった項目は「料理をする時、子どもに手伝わせている」、「食事の時間は、テレビを消している」であり、いずれも5割程度に留まっていた。

研究2-2では、偏食(嫌いな食品の摂取行動)と、家庭における食育との関連について、偏食を従属変数、家庭における食育を独立変数とする多変量ロジスティック解析を行った。その結果、「食べ残しをしないように言っていない」のオッズ比が6.35と最も高かったほか、「子どもの嫌いな物や苦手な物を食事に出していない」、「家族全員が同じメニューを食べていない」、「食事の時間はテレビを消していない」、「料理をする時、子どもに手伝わせていない」が、偏食のリスク要因であることが明らかとなった。

研究3-1において、園内で野菜栽培を行っている幼稚園やトマトを育てている幼稚園は約8割であり、また、園児が種まきや苗植え、水遣り、収穫といった活動をしている幼稚園がほとんどであること、収穫物はおやつとして利用されるケースが6割であることなどが明らかとなった。また、野菜栽培後に8割以上の幼稚園で偏食しない(嫌いな物でも頑張って食べる)幼稚園児が増えたことがわかった。

研究3-2では、野菜栽培実施群において、偏食しない幼稚園児が栽培前と比較して収穫後、フォローアップで有意に増加した。一方、非実施群では有意な変化は見られなかった。また、フォローアップにおいて、実施園は非実施園と比較して、偏食を改善した者の割合が有意に高かった。

(考察)

研究1より、嫌いな食品が少ない者ほど嫌いな食品を食べる傾向にあることが明らかとなった。こ

のことから、嫌いな食品を少しでも食べるように促すことが嫌いな食品を減らすことにつながる可能性が示唆された。

研究2より、家庭における食育として、食べ残しをしないように声がけすることや、子どもの嫌いな食べ物でも食事に出すといった、嫌いな食べ物への配慮、および、家族で同じものを食べたり、食事中はテレビを消して食事に集中できる環境を整えること、親子で食事の準備をすることなど、食を介したふれあいが重要である可能性が示唆された。さらに、食べ残しをしないように言うことは、オッズ比が高く特に重要であること、食事中にテレビを消したり食事作りの手伝いをさせている母親は比較的少ないことから、今後、重点的に取り組む必要があると考えられた。

研究3より、幼稚園における野菜栽培として、園内でトマトを栽培しているケースが多く、園児は種まきや苗植え、水遣りといった一連の作業をしながら、収穫物をおやつとして食べている場合が多いことが明らかとなった。また、幼稚園教諭および幼稚園児の母親を対象とした2つの調査から、幼稚園における野菜栽培は、偏食の改善に有効な食育である可能性が示唆された。

審査の結果の要旨

(批評)

近年、我が国で推進されている食育の主要課題である子どもの偏食是正をめざし、家庭・幼稚園での食育が幼稚園児の偏食とどのように関連しているかを実証検討した研究である。適切な研究デザインにより、幼稚園児の食品摂取行動と嗜好との関連、家庭での母親の食育の状況と幼稚園児の偏食との関連、幼稚園で食育として実施されている野菜栽培の状況、およびそれが幼稚園児の偏食に及ぼす影響について新知見を得て、幼稚園児の偏食改善にむけた効果的な食育のあり方を具体的に提示した点で、研究の意義が評価される。

平成27年1月15日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（学術）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。